

浅谈牙周病的危害

□ 黄亭

牙周病是一种常见的口腔疾病，其危害不仅限于口腔局部，还可能影响患者的全身健康。本文将详细探讨牙周病从口腔到全身的健康影响，并分条列出其主要危害。

一、口腔健康影响

1. 牙龈出血与退缩

牙周病初期，患者牙龈容易出血，特别是在刷牙或使用牙线时。随着病情发展，牙龈会逐渐退缩，暴露出更多的牙根，导致牙齿敏感和疼痛。

2. 牙齿松动与脱落

牙周病会导致牙龈和牙槽骨受损，使牙齿逐渐松动。如果不及时治疗，感染会扩散到牙根周围的骨质和支持牙齿的纤维组织，最终导致牙齿脱落。

3. 牙周袋形成与感染

牙周病引起牙龈组织炎症，导致牙龈向下移动，形成牙周袋。牙周袋成为菌斑和食物残渣的积聚地，容易引发进一步的感染，甚至导致化脓性口腔感染。

4. 口臭

牙周病引起的菌斑和口腔细菌滋生，导致口气不新鲜，影响患者的社交和自信心。

二、全身健康影响

1. 心血管疾病

牙周病会导致口腔内的细菌进入血液循环，引发炎症反应，增加心血管疾病的发病风险。临床研究发现，牙周炎患者发生冠状动脉粥样硬化、急性冠心病和急性心肌梗死的比例明显高于非牙周炎患者。

2. 糖尿病

牙周病与糖尿病存在双向关系。牙周病会加重糖尿病病情，而糖尿病又会加剧牙周病的进展。牙周病产生的炎性细胞因子会增加体内的胰岛抵抗，导致血糖升高。

3. 呼吸系统疾病

牙周病细菌可引发呼吸道感染，加重哮喘、慢性阻塞性肺疾病等呼吸系统疾病。口腔与呼吸系统直接相通，牙周袋内的大量细菌可以直接进入呼吸道，对免疫功能低下者或原有肺组织慢性疾病的患者，容易诱发肺功能下降和肺部慢性炎症加重。

4. 孕妇和胎儿健康

有牙周炎的孕妇，其早产或产下低出生体重儿的概率和危险程度，均明显高于无牙周炎的正常孕妇。牙周病可能通过影响孕妇

的全身健康状况，间接影响胎儿的发育。

5. 其他全身疾病

牙周病还与类风湿性关节炎、老年痴呆、肾脏疾病等密切相关。牙周病可能导致葡萄膜炎、大脑炎，增加阿尔茨海默病的发病风险。此外，牙周病还可能增加口腔癌的风险。

三、预防措施

为预防牙周病，患者应养成良好的口腔卫生习惯，包括早晚刷牙、使用牙线和漱口水。定期进行口腔检查，及时发现和治疗口腔疾病，是预防牙周病的重要措施。

总之，牙周病不仅影响口腔健康，还可能对全身健康造成严重影响。患者应重视牙周病的预防和治疗，以维护自身健康。

(作者单位：河北省沧州市人民医院)

经颅多普勒在诊断脑血管疾病中的应用

□ 康康

经颅多普勒(TCD)作为一种无创性超声检测技术，在脑血管疾病的诊断中发挥着越来越重要的作用。本文将从TCD的原理、优势及其在脑血管疾病诊断中的具体应用等方面进行科普介绍。

一、经颅多普勒的原理

经颅多普勒利用超声波的多普勒效应，通过检测颅内脑底动脉（主要是Willis环动脉）的血流动力学参数，从而判断脑血管功能状态。该技术借助脉冲多普勒技术和2MHz的发射频率，使超声束穿透颅骨较薄的部位，直接描绘脑底动脉血流的多普勒信号，获取血流动力学参数，如血流速度、血流方向、血管阻力等。

二、经颅多普勒的优势

1. 无创性：TCD无需使用放射性物质或进行侵入性操作，对患者无痛苦且安全性高。

2. 方便快捷：TCD检查仪器体积小，操作简便，可以在床边进行实时监测，适用于各种场合。

3. 可重复性：TCD检查便于重复，方便观察病情变化和治疗效果。

4. 高分辨率：TCD的最大分辨能力为1mm，可以发现脑血管的细微病变。

三、经颅多普勒在脑血管疾病诊断中的应用

1. 脑血管狭窄和闭塞的诊断

TCD能够准确地检测颅内动脉的狭窄或闭塞情况。当颅内动脉存在狭窄时，TCD可以检测到狭窄段血流速度的增快和狭窄远端血流速度的减慢，同时，狭窄段的血流频谱波形会出现紊乱。这些信息对于制定治疗方案和评估手术风险至关重要。

2. 脑血管痉挛的监测

脑血管痉挛是脑动脉持续性收缩状态，

可能导致脑缺血和神经功能障碍。TCD能够实时监测脑血管的血流速度，及时发现脑血管痉挛的发生和发展过程，为临床诊断和治疗提供有力支持。

3. 颅内压增高的评估

颅内压增高可能导致脑损伤和功能障碍，严重时甚至危及生命。TCD可以通过监测脑血流速度的变化，反映颅内压的变化情况，为临床治疗和病情评估提供依据。

4. 脑死亡的判断

在严重的脑血管疾病或脑损伤中，可能出现脑死亡的情况。TCD可以通过监测脑血流的消失情况，判断是否存在脑死亡，为临床决策提供重要参考。

5. 术后疗效评估

TCD可以用于评估脑血管病变术后的疗效，如动脉瘤夹闭术、颈动脉内膜剥脱术等。通过TCD检查，可以观察术后血管通畅

情况、血流速度和血流动力学变化，为临床治疗提供参考。

四、注意事项

尽管TCD在脑血管病诊断中具有重要作用，但其应用也受到一些限制。首先，TCD检查结果受操作者技术水平的影响较大，需要经过专业培训的操作者才能准确地进行检查和结果解读。其次，部分患者因颅骨较厚或脑组织肿胀等原因，TCD检查信号穿透受限，影响检查结果。

五、结语

经颅多普勒作为一种无创性、方便快捷的脑血管检查方法，在脑血管疾病的诊断中发挥着越来越重要的作用。随着技术的不断进步和临床应用的不断拓展，相信经颅多普勒将在未来为更多的患者带来福音。

(作者单位：河北省雄安新区容城县人民医院)

输血相关传染病的风险与防范

□ 李亚配

输血是现代医学救治患者的重要手段之一，然而，与之相关的传染病风险也一直备受关注。了解这些风险并采取有效的防范措施，对于保障输血安全及受血者的健康至关重要。

一、输血相关传染病风险

在输血过程中，存在感染多种传染病的潜在风险。例如，乙肝、丙肝病毒可通过经血传播，一旦感染，可能导致肝脏的慢性炎症，甚至发展为肝硬化、肝癌等严重疾病。

艾滋病病毒同样是输血传播的重要威胁，感染后会严重破坏人体免疫系统，使患者面临各种机会性感染和肿瘤的风险。此外，梅毒、疟疾等传染病也有可能经由输血途径传播给受血者，给他们的健康带来极大危害。

这些传染病能够通过输血传播，主要是因为如果献血者处于病毒感染的窗口期，即体内已经感染病毒但现有检测手段暂时无法检测出病毒标志物的阶段，其献出的血液就可能带有病毒而未被发现，进而进入输血流程。

二、防范措施

为降低输血传播传染病的风险，一系列严格的防范措施应运而生。

首先，是对献血者的严格筛选。在献血

前，会详细询问献血者的病史，包括是否有传染病史、高危行为等。同时，进行全面的体格检查和一系列传染病标志物检测，如乙肝表面抗原、丙肝抗体、艾滋病抗原和抗体、梅毒抗体、HBV-DNA、HCV-RNA、HIV-RNA等检测。

其中，核酸检测极大地缩短了病毒感染的窗口期。只有各项指标均合格的献血者，其血液才有可能被发放到临床使用。

其次，血液采集、制备、储存和输注的各个环节都遵循严格的无菌操作规程和质量控制标准。采血所用的器材均为一次性无菌用品，避免交叉感染。血液制品在加工过程

中要经过严格的病毒灭活处理，进一步降低病毒传播的可能性。

再者，对于受血者而言，在输血后也需要密切观察自身身体状况，一旦出现发热、乏力、皮疹等异常症状，应及时告知医护人员，以便尽早发现问题并采取措施。

总之，虽然输血存在传染病传播的风险，但通过科学严谨的防范措施，能够最大限度地保障输血安全，使输血这一重要的医疗手段在挽救生命、恢复健康的道路上发挥其应有的作用。我们既要认识到风险的存在，更要相信现代医学为防范这些风险所做的努力。

(作者单位：河北省张家口市中心血站)

老年人如何预防跌倒和压疮护理

□ 刘捷

随着人口老龄化的加剧，老年人的健康问题日益受到重视。跌倒和压疮是老年人常见的健康问题，严重影响了他们的生活质量。本文将从预防跌倒和压疮两方面，详细介绍老年人日常护理的要点。

一、预防跌倒

1. 定期体检：老年人应定期进行全面的身体健康检查，包括眼科和听力检查，及时发现和处理可能导致跌倒的隐患。

2. 营养均衡：确保老年人获得充足的营养，包括蛋白质、维生素D和钙等，以维持骨骼健康和肌肉强度。合理的饮食，如富含蛋白质的肉类、鱼类、蛋类、豆类，以及富含维生素和矿物质的新鲜蔬菜和水果，都有助于提高老年人的身体机能。

3. 锻炼身体：适当的身体活动和锻炼，如平衡训练、强化肌肉和提高柔韧性的练习，可以提高老年人的身体稳定性和减少跌倒的风险。散步、太极拳、广场舞等运动都是不错的选择。

4. 室内安全：保持家中环境的安全，清除地面上的杂物，固定地毯和电线，安装扶手和防滑垫等，确保家居环境无障碍且安全。同时，保持足够的光线，特别是在晚上，应使用夜灯以方便老年人起床。

5. 药物管理：老年人应定期咨询医生，了解所使用的药物是否会增加跌倒风险。有些药物可能会导致眩晕、低血压等副作用，增加跌倒的风险。

6. 辅助工具：老年人可以考虑使用辅助

工具，如手杖、助行器或步行架等，以提供额外的支持和稳定性。

二、预防压疮

1. 定期翻身：长期卧床的老年人应定期翻身，至少每2小时一次，以减少长时间的压力。变换体位时，注意避免拖拉推等动作，防止摩擦力和剪切力对皮肤造成伤害。

2. 支撑面选择：使用气垫床、海绵垫等辅助器具，有助于减少皮肤受到的压力。避免使用圈型、环形减压装置，这些器械边缘产生的高压区域会损害组织。

3. 保持干燥清洁：保持局部皮肤的干燥和清洁，定期更换衣物和床单，防止汗液、尿液等潮湿刺激导致皮肤浸润、松软。对于大小便失禁的老年人，可使用皮肤保护膜对局部

皮肤进行保护。

4. 营养支持：提供充足的营养，增加肌肉力量。高蛋白、高热量、高纤维素、易消化的食物有助于改善全身的营养状况，预防压疮的发生。

5. 预防性护理产品：使用润肤霜、褥疮预防垫等预防性护理产品，可以降低皮肤受到压力的风险，提高皮肤的保护能力。

总之，预防跌倒和压疮需要综合考虑老年人的身体状况和生活环境，采取综合性的护理措施。通过定期体检、营养均衡、锻炼身体、室内安全、药物管理、辅助工具的使用以及定期翻身、支撑面选择、保持干燥清洁、营养支持和预防性护理产品的使用等措施，可以有效降低老年人跌倒和压疮的风险，提高他们的生活质量。

(作者单位：河北医科大学第二医院)